

禁煙科学

Vol. 4(10), 2011. 01



目 次

【挨拶】

新年を迎えて

日本禁煙科学会理事長 高橋裕子 … 1

【原著】

長期にわたるニコチンガム依存症に対して、バレニクリンが有用であった一症例

服部素子 … 2

【報告】

第91回 全国禁煙アドバイザー育成講習会 開催報告 i n 長崎

河村綾子 … 5



【挨拶】

新 年 を 迎 え て

日本禁煙科学会理事長 高橋裕子

日本禁煙科学会のみなさま。明けましておめでとうございます。みなさまの日頃のご支援に、厚く御礼申し上げます。

昨年（平成22年）は、4月1日に神奈川県を受動喫煙防止条例が施行され、更に10月にはタバコ価格の値上げが実施されました。私たちの永年の念願であったこの二つが実現しましたことは、日本禁煙科学会の多くのみなさまのご尽力の賜物であり、後世に残る記念すべき年となりました。

禁煙治療薬の不足によって禁煙外来の新患受付をストップせざるを得ないなど、予期せぬ事態もありましたが、年末には改善され、すがすがしい気持ちで新年を迎えることができましたことを、皆様とともに慶びたいと思います。

さて、新年にあたり、日本禁煙科学会の今年の主な課題を下記に列挙いたします。

禁煙支援者の育成の充実

日本禁煙科学会は、「喫煙者のみなさんが禁煙を通じて自分の可能性を広げることができる質の良い禁煙に取り組まれること」を願って、禁煙支援者の育成を重要な柱と位置付けてまいりました。

これまで禁煙支援者認定を受けた支援士は300名を超えました。全国禁煙アドバイザー育成講習会も、全国の沢山の方々に支えられ、年末までに90回の開催を数えるに至っております。今年は、禁煙支援者育成のさらなる充実をめざします。

女性・子ども等への禁煙支援への提言

女性や子ども、精神疾患を有する人等、現行の禁煙支援体制の中で支援が困難な人たちに特化した禁煙方法の開発や支援体制の開発、禁煙環境の整備ですが、本学会の薬剤師分科会や子ども分科会・治療分科会・ナース分科会など多くの分科会が熱心に取り組み成果を上げています。今年は、これまで以上に連携を密にし、よりよい禁煙方法や支援方法を提言してまいります。

これまでの成果のさらなる発展を

昨年、喫煙防止教育の発展と普及について、会員調査を通じて命題を提示して学術総会でディベートを試みる教育分科会の新しい試みは多くの注目を集めました。質の良い禁煙のためにタバコ価格の値上げも重要であり、厚生労働科研の研究班報告など本学会会員の貢献は目覚ましいものがありました。また、韓国禁煙学会との交流や合同ミーティングも2回にわたり開催され、両国が手を携えて禁煙の普及に取り組む大きな基盤を築くことができました。

今年は、これらの活動の成果をさらに推進して発展を期する所存です。

第6回学術総会沖縄開催

毎年開催されている学術総会も6回目となります。今年は11月26-27日に沖縄県にて開催です。メインテーマは「童どう宝」。日本禁煙科学会の学術総会にふさわしいテーマです。

日本禁煙科学会は、今年も「誰もがタバコで苦しむことのない日の早い到来」をめざして、活発な活動を展開してまいります。どうぞ引き続き、本学会へのご支援をお願いいたします。

第6回日本禁煙科学会 in OKINAWA

The 6th Annual Meeting of the Japanese Association of Smoking Control Science (JASCS)



開催日：2011年(平成23年)11月26日(土)-27日(日)
開催地：沖縄県那覇市（沖縄県医師会館他）

【原著】

長期にわたるニコチンガム依存症に対して、 バレニクリンが有用であった一症例

服部素子¹⁾ 高橋裕子²⁾

要 旨

禁煙には成功したものの10年以上の長期にわたって一日30個程度のニコチンガムを継続使用していた事例で、短期間のバレニクリン内服が契機となってニコチンガムから離脱できた1症を報告した。バレニクリンはニコチンガム依存症の治療に役立つと考えた。

キーワード：ニコチンガム依存症、バレニクリン、ニコチン依存症、禁煙

はじめに

喫煙と受動喫煙の有害性やニコチン依存症が治療対象となる疾患であることが広く認識され、わが国では1994年からニコチンガムの使用が認可された。しかしながらニコチンガム使用者の一部に、ニコチンガムの使用を止めることができない状況が生じることが観察され、ニコチンガム依存と考えられている。1年以上にわたるニコチンガム依存症の発生は海外ではニコチンガム使用者の13-38%¹⁾²⁾と報告され、わが国³⁾⁴⁾でも1999年に一般医薬品として販売されるようになってから増加していると思われる。

しかしニコチンガム依存の治療法は確立されておらず、バレニクリンによるニコチンガム依存症治療の奏功例の報告は少ない⁵⁾⁶⁾。また10年以上の長期にわたるニコチンガム依存症が短期間のバレニクリン治療で著効を見た報告はない。

今回、自由診療によるニコチンガム使用開始から12年、完全禁煙から10年にわたりニコチンガムを継続使用し一日使用量が30個に達していた重度ニコチンガム依存に対して、バレニクリン内服治療を行い成功した症例を経験したので報告する。

症 例

患 者：57歳 男性

主 訴：ニコチンガムの使用が中止できない。

職業歴：自営業

既往歴：1999年2月 胆石症で胆嚢摘出術

喫煙歴：18歳より46歳までの29年間、一日20～40本（ブリンクマン指数：580～1,160）。

現 病 歴

1998年5月27日に禁煙を希望して当院禁煙外来を受診した。当時日本国内で禁煙に使用しうる薬剤は自由診療にて処方されるニコチンガムのみであったことから、ニコチンガムを用いての禁煙開始を試みることとなった。当初の一日使用量は12個で以後漸減予定との指示を受けたが、ニコチンガムの味のまずさと口内炎罹患により、数個使用しただけで自己判断にてニコチンガム使用を中止し、喫煙本数も元に戻っていた。

1999年6月18日インターネット禁煙マラソンに参加して再度禁煙を開始した。以後現在に至るまで、完全に禁煙している。

しかし禁煙後1ヶ月頃より便秘と残便感が出現し、試みに残っていたニコチンガムを使用したところ便通が改善したことを契機に、ニコチンガムを継続的に使用するようになった。1999年12月にはニコチンパッチが

1) 本荘内科・呼吸器科

2) 奈良女子大学

責任者連絡先：服部素子

岐阜県岐阜市早苗町1丁目24番地

ベルハウス1階C室（〒500-8324）

本荘内科・呼吸器科

TEL：058-251-2530 FAX：058-252-3387

E-mail：mhattori@city.gifu.med.or.jp

日本国内で処方できるようになり処方を受けた。しかし物足りない感じがあり、すぐにニコチンガムの使用に戻った。1999年9月13日から2001年8月31日までの2年間に、自由診療でニコチンガム3,300個の処方を受けた。

当初は1日7～8個の使用であったが、2001年以後はインターネットによる個人輸入を通じての入手が容易になり、毎日30個程度使うようになった。禁煙外来にてニコチンガムの正しい噛み方の指導を受け、ガムを鋏等で切って小さいサイズで使用する、漸減療法、歯磨きガムに替える、自己暗示や行動療法などを試みたが、ニコチンガムの使用個数を減らすことはできなかった。常に咽頭違和感があり、頻回に口腔全体に口内炎が多発していたが、起床直後からニコチンガムを使う状況に至っていた。

2008年の日本国内でのバレニクリンの販売開始後は医師からバレニクリンを試みるよう勧められたが、決断できずにいた。2009年3月頃より血圧上昇傾向が出現したことから、2010年8月4日にバレニクリンによるニコチンガム依存症の治療を希望して当院禁煙外来を受診した。

現 症

身長179cm、体重67kg、BMI 20.9。血圧120/70mmHg、脈拍65/分、整。理学的所見特記すべきことなし。呼気中一酸化炭素濃度4ppm。タバコ臭なし。TDSならびにFTNDにおいて、質問表中の「タバコ」を「ニコチンガム」に変更して実施したところ、TDS 10点、FTND 9点であった。

経 過

ニコチンガムによるニコチン依存症と診断した。ニコチンガム依存症の病理と治療方法及び薬剤副作用について説明し、患者に了解を得た上で、自由診療にてバレニクリンによる治療を実施した。バレニクリンは通常の禁煙治療⁷⁾と同様のプロトコールとしてスタート用パックからの服用開始とした。すなわち8月4日からは0.5mg錠を一日1錠、8月7日からは0.5mg錠を一日2錠、8月11日からは1mg錠を一日2錠の服用とした。バレニクリン内服開始後6日間は、ニコチンガムを1日数個程度使用していたが、7日目の8月10日にはニコチンガムを使用しなくなった。自己判断で内服量を減ら

してバレニクリンの内服を続け、9月15日以後は内服を中止した。バレニクリンの総使用量は0.5mg錠11錠、1mg錠28錠であった。

以後、月1回の経過観察を続けているが、ニコチンガムの再摂取はなく、喫煙もない状態が続いている。呼気中一酸化炭素濃度は0～2ppmでタバコ臭は無い。ニコチンガム使用中止後、口寂しい時はニコチンガムに似た噛み応えと味があると感じる歯磨きガムを使用してきた。ニコチンガム使用時にあった咽頭違和感、頭痛は消失し、口内炎は著しく軽減した。便通異常も認めず、血圧も低下傾向である（最終確認日2011年1月8日）。

考 察

本症例は、バレニクリンの処方が10年以上にわたるニコチンガム依存からの離脱の契機となったと思われる事例である。

ニコチンガムは、1967年にスウェーデンのオベ・フェルノ博士が考案し、わが国では1994年7月に医療用医薬品として発売開始され、自由診療にて医師の処方により入手しうる薬剤となった⁸⁾。2001年9月以後は一般用に市販されている。

ニコチンガムは喫煙に比べ、癌や肺気腫を発病する危険性が低く、またニコチンの血中濃度は喫煙の1/3程度³⁾と報告され、タバコに比較して安全とされている。しかしニコチンガムを長期に大量に摂取し続けることはニコチン依存からの離脱が困難となり、患者にとって心理的経済的負担を生じることとなる。禁煙外来や薬局では、安易にニコチンガム依存者を作らないよう丁寧かつ頻回にニコチンガムの噛み方や減量方法について指導すべきことは言うまでもない。

ニコチンガム依存症の治療報告は少ないが、最近バレニクリンによるニコチンガム依存症の治療事例が報告された⁵⁾⁶⁾。しかしながら本例のように10年以上にわたるニコチンガム依存へのバレニクリンによる治療事例は報告されていない。一日30個以上のニコチンガム使用を長期間続けていた本事例において、短期間のバレニクリン治療でニコチンガムの使用を中止しえたことは、ニコチンガム依存の治療に大きな示唆を与える。なお最近、無煙タバコ使用者にバレニクリンを処方する二重盲検の多施設無作為化試験が実施され、バレニクリンが有効で安全であった⁹⁾との報告がある。

本事例ではニコチンガムからの離脱に際して歯磨きガム

を併用した。現在市販されているガムのほとんどは柔らかすぎてニコチンガムの代替にはならず、噛み応えと味がニコチンガムと同様と感じる歯磨きガムを選んだとのことであった。治療終了後に患者本人から、ニコチンの含有量がゼロの、ニコチンガムと同じような味と噛み応えのガムが市販されていればとの要望が寄せられたことを特記する。

終わりに

ニコチンガム依存症に対してのバレニクリン内服治療事例を報告した。10年以上にわたり多量のニコチンガム使用を続けていた本事例において、短期間のバレニクリンの内服を契機にニコチンガムの使用を中止しえたことは、ニコチンガム依存の治療に大きな示唆を与えるものとする。

禁煙に際して温かい支援を賜りましたインターネット禁煙マラソンの関係者の皆様、資料を提供してくださったファイザー株式会社、ノバルティスファーマ株式会社に深謝いたします。

参考文献

- 1) Hughes J.R.:Dependence potential and abuse liability of nicotine replacement therapies.Biomed. & Pharmacother.;43:11-17,1989.
- 2) Ruth Stalnikowicz: Nicotine gum withdrawal and migraine headaches. European Journal of Emergency Medicine;13(4):247-248, 2006.
- 3) 宮城裕人、門馬康二、宮城茂、他：ニコチンガム依存と思われる一症例。診療と新薬；33(3)：465-468, 1996 .
- 4) 海野剛、野口智加、海野美和、他：当院禁煙外来で経験された禁煙補助療法の問題点（特にニコチンガム依存）。日本呼吸器学会雑誌;41(S):166, 2003.
- 5) Garelik Daniel A.: Nicotine gum dependence treated with varenicline—A case report. Nicotin & Tobacco Research;12(10):1041-1042, 2010.
- 6) 松岡宏、川上秀生、河野珠美、他：ニコチンガム（ニコレット®）依存症にバレニクリン（チャンピックス®）が有効であった1例。日本禁煙学会雑誌;5(3):90-93, 2010.
- 7) 日本循環器学会、日本肺癌学会、日本癌学会、日本呼吸器学会：禁煙治療のための標準手順書第4版. 2010年4月
- 8) 高橋裕子：患者教育-禁煙指導6 ニコチンガム使用の経験例. 循環科学4;17(6)：604-607, 1997.
- 9) Karl Fagerstrom, Hans Gilljam, et al.:Stopping smokeless tobacco with varenicline:randomized double blind placebo controlled trial.BMJ;341:c6549 doi: 10.1136/bmj.c6549 (Published 6 December 2010)

Severe nicotine gum dependence successfully treated with varenicline—A case report

57yo male who continued to take 30 pieces of nicotine-gum daily for over 10 years after his smoking cessation was treated successfully with varenicline. It was suggested that varenicline might be effective for the treatment of severe nicotine-gum dependency.

Key Words : nicotine gum dependence, varenicline, nicotine-gum dependence, smoking cessation

Motoko Hattori

Honjo naika kokyukika

Address Bell house 1FC 1-24 Sanae-cho, Gifu-city, Gifu 500-8324 Japan

Phone 058-251-2530

【報告】

第91回 全国禁煙アドバイザー育成講習会 in 長崎 開催報告

- ◆開催日：2011年1月23日（日） 長崎県薬剤師会館（長崎県長崎市）
 ◆共 催：日本禁煙科学会・禁煙健康ネット長崎・禁煙マラソン・長崎県薬剤師会

【主たるプログラム】

◇禁煙支援の基礎を学ぶ

禁煙支援のエビデンス のだ小児科 野田 隆

体に悪いは聞きあきたという喫煙者も、思わず聞きいる禁煙動機づけのネタが満載！！

禁煙3.0の提唱 禁煙マラソン 三浦 秀史

私たちが、ついつい禁煙支援をしたくなる。そのための禁煙支援マインドを一緒に考えてみましょう！

◇ランチョン・セミナー

禁煙支援最新情報 奈良女子大学 高橋 裕子

みんなが悩む女性と精神疾患を有する喫煙者も明日から、ついつい支援してみたい最新情報を中心にお伝えします。

◇分野別コース

コース1：簡単！！あしたからできる薬局での禁煙支援 和歌山県薬剤師会 原 隆亮

薬剤師は禁煙支援の要。薬局は、喫煙者との交差点。 薬剤師が職能として、すべきこと、できることを学びましょう！

コース2：参加型ワーク『禁煙支援の4つの引き出し』 野田 隆、高橋 裕子

これで、喫煙者に何を言われても“余裕”で対処できます！！

かねてよりKK（禁煙健康ネットメーリングリスト）で各地の開催案内・報告を読ませて頂くとたびに指をくわえて、とてもうらやましく眺めておりました。念願かなって、ここに長崎で全国禁煙アドバイザー育成講習会を開催することができました。講習会開催は、地元紙『長崎新聞』でも紹介されました。この記事を書くために取材に来てくださった記者さんはじめ、この講習会によって長崎に起こった10のエピソードをご報告したいと思います。



エピソード1：つかみはOK！

全国の多くの県で開催されている全国禁煙アドバイザー育成講習会ですが、長崎開催は初めてのこと。また長崎県では禁煙支援に関する事業の取り組みが他県の様子からして遅れている感じがある中、参加して下さる数が全く読めなかったため、プログラムのタイトルにキャッチコピーをつけていただきました。原先生のアドバイスです。タイトルだけでわくわくする内容です。



熱心に受講される皆さん

エピソード2：つかみはOK～パート2

講習会トップバッターは野田先生。得意の『お兄さまギャグ』で会場が一気に和みます。タバコの害を伝えるより、吸わないことのメリットを伝える支援の方法について教えて頂きました。会場が暖かい空気になりました。

エピソード3：禁煙支援は楽しい。

2人目の講師は三浦先生。支援する側も楽しくサポートするすすめ。を教えていただきました。『負けないで』の曲に共感したとのご意見が多く寄せられました。

エピソード4：つかみはOK～パート3

午後からの分科会～薬剤師分科会のはじまり、三浦先生と和歌山県薬の原先生が「実は兄弟です」、と並ばれました。本当によく似たお二人です。原先生より経験された禁煙支援についてお話いただきました。参加者の3分の2が薬剤師のため実践的なイメージがわかりました。

エピソード5：のりか登場

薬剤師分科会でのロールプレイングで自称“福岡ののりか”が友情出演され、見事な演技に魅了されました。



長崎県薬剤師会 河村綾子先生のご挨拶

エピソード6：ファンクラブ

参加者の方々から一番多く聞かれたご意見は、高橋先生のお人柄がとても素敵でした。の声です。私も多数のそそうがあるにも関わらず、いつもほめてくださって救われてばかりでした。

エピソード7：晴れ女

私だけが知っている、野田先生のとっておきのギャグをここでこっそりお披露目しましょう。高橋先生は晴れ女なんですよ。だって、『ふられた事ありません。』お見事！！

エピソード8：記者も変わる

地元紙の情報で取材にみえた記者さんが、この後の取材もあってちょっとだけ聞きたいのですが・・・と少しめんどくさそうにみえたのですが、写真をとる合間に講演を聞かれ、タバコがニコチン依存症だということ、支援する方も支援される方も禁煙は楽しいとポジティブな考えに驚きました。と表情が変られて帰らえました。翌日の紙面でその記者さんは2つイベントの記事を書かれていましたが、禁煙アドバイザー育成講習会の記事の方が大きくて、掲載の位置が良かったのは言うまでもありません。

エピソード9：禁煙外来始めます

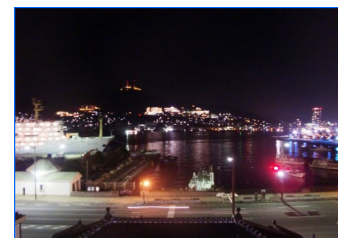
参加された看護師さんより聞いた話です。勤務先の病院で禁煙外来開設を検討していたのですが、どのようにしたらできるのか迷っていたそうです。講習会を受けたことで禁煙支援に前向きに取り組めるようになったそうです。長崎にまたひとつ禁煙外来の病院が増えます。

エピソード10：お世話人は超ハッピー

他にも「禁煙は指導ではなく支援なんですね」とじわじわと講習会の波紋が広がっているように感じます。心地よい達成感と参加された方々からの好評な声を聞かせていただいて、一番ハッピーなのは、誰だろう私かもしれません。

開催にあたり、ご参加いただいた皆さま、わざわざ長崎まで足を運んでいただいた講師の先生方、準備に協力してくださった仲間へ心より感謝申し上げます。

これから開催を検討される方は、ぜひ現地でのお世話役をされて、一番ハッピーになってください。お勧めです。(報告者 (社)長崎県薬剤師会 河村綾子)



長崎港の夜景

編集委員会

編集委員長 中山健夫
編集委員 児玉美登里 富永典子 野田 隆 野村英樹
春木宥子 三浦秀史
編集顧問 三嶋理晃 山縣然太朗
編集担当理事 高橋裕子

日本禁煙科学会

学会誌 **禁煙科学** 第4巻(10)
2010年(平成23年)1月発行
URL : <http://jasc.s.jp/>
事務局 : 〒630-8506 奈良県奈良市北魚屋西町
奈良女子大学 保健管理センター内
電話・FAX : 0742-20-3245
E-mail : info@jasc.s.jp